

5月12日上午12时结束,我打开手机翻阅朋友圈,一位吹笛子的朋友转发了“‘三胡’‘皇后’闵惠芬今早病逝”的消息。看到这几个字着实让我愣了许久,我知道闵老师身体一向不好,小时候就听说她过好几次手术,可现在竟然……思绪一下子把我拉回到二十几年前,耳畔响起那熟悉的旋律 5432352 3 1235231 16156 1 2……

我六岁开始学扬琴,不到一年便上台演出。每周跟随老师去老城隍庙湖心亭茶楼与老艺术家们共同演奏江南丝竹,也就从那时起认识了闵老师。

我八岁时学古筝,同期跟随古筝老师任韵参加了东方少年宫小乐队(浦东新区东方少年宫民乐团前身)。任老师与闵老师是挚友,两人都非常喜欢小孩子,被我们亲热地称作“妈妈”。每当有重要演出或比赛,任老师就会请闵老师为我们做艺术指导。

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

的情绪带到高潮,特别是到最后华彩段那绘声绘色,此起彼伏的马叫声,闵老师手上拉个不停,还拔长个脖子,嘴里模仿马叫声来,把我们逗得哈哈大笑,她则笑着对我们的家长说:“要让孩子们对乐曲有身临其境的感受才能演奏得完美呀!”

闵老师对音乐的处理更是一丝不苟,对每个音符都要求拿捏到位,为我们指导时当然也是手把手、音对音,所以小伙伴们一听到闵老师要上课都会异常兴奋,早早地把自己的声部提前练好,谁练得最好就能够得到老师的表扬。

难忘恩师
——忆闵惠芬老师
陈 超

1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

大师级指导
1997年,闵老师得知我们将第一次走出国门赴新加坡文化交流时,欣喜地前来鼓励我们要把中国少年儿童最好的才艺展现给世界。其实当时的闵老师在上海滩已经大有名气,但我们在她身上丝毫察觉不出一点儿女腕架子,她为我们示范演奏时动作夸张,用生动易懂的话语分析乐曲的曲解。我们最喜欢与闵老师一起合奏《赛月》,闵老师带着拉二胡的小朋友,我则用扬琴为他们伴奏。闵老师演奏的《赛月》气氛热烈,总能把我们

曲》的专题民族音乐会在上海大剧院举行,引起了社会上很大反响。演出结束后,当闵老师走上台时早已激动得热泪盈眶,她紧紧握住我们的手:“孩子们太棒了!你们一定要走得更远!”闵老师最喜欢我们琵琶与乐队演奏的《十面埋伏》,她说吴爱国老师改编的这曲《十面埋伏》是她听到过的最棒的版本,没想到竟出自平均年龄10岁出头的小朋友之手!后来,听指挥吴老师说起才知道,为了我们这场音乐会,几位大师们几次聚在一起商量演出事宜,从整体策划到剧目筛选再到灯光舞美,一谈就到深夜,其中就有敬爱的闵惠芬老师,一位经历过6次手术、15次化疗的慈祥“妈妈”!

我对闵老师的印象似乎只能停留在小时候的记忆里,随着恩师任韵2002年的病逝,与闵老师的接触也渐渐疏远,最后一次见到闵老师是在纪念任老师的周年音乐会上,那时的闵老师看上去明显老了许多,但精神却一如既往的好,仍兴高采烈地关心我们高考填报志愿的事情。

如今上一查关于闵老师的事迹已有很多,有论演奏的,也有回忆的。我想,我只是用最朴实的文字记录了与闵老师在一起的点滴,虽然那时我还小,能记得的只有几个印象深刻的辅导场景,几句鼓励的话语,但这些都对我们学艺路上的晚辈来说,足以受用终身!希望恩师一路走好!

另外,我想对天下所有正在为学生们操劳的老师们说,请你们爱惜自己的身体,因为下一代更需要你们这些德艺双馨的好老师!



银杏苑 江南水乡 靳水 摄

如果说一个概念或想法的提出是迈向成功道路上的领航员,那么团队各个成员之间的通力合作以及领导者对于信念的执着追求则是最终成功与否的决定性因素。笔者有幸参加了王金发教授第十五期“开放式、研究性教学”课堂观摩与研讨,经历了三天的观察与学习,渐渐信服于王教授团队改革教学思维的魄力与决心。以思辨的教学设计,启发学生创造性思维,授渔而非授鱼的教学理念以及活跃多变的课堂氛围无不感染着前来学习的高校教师们。

研究性教学的课程设计
“我们需要让学生掌握的不是一本书,而是一门课,学了一本书,仅仅应付考试,学了一门课,受用终身。”王金发教授的话依稀萦绕耳边。不论是理论教学还是实验教学,跟着教材走永远是金身护体的不二选择。然而,我们这位“发哥”偏偏独树一帜,知识源于教材而限于教材。一门细胞生物学的课程,王教授不仅让学生读自己的教材,更让学生读国外原版的大红Cell,一门课程几乎甚至几十本的教材不仅让学生对于所学专业学科的知识体系有了一个全方位的认识,更锻炼了学生梳理和分析知识的能力。不为考试而学,只为提高能力而学,原版教材的学习只是王教授众多课后作业的一小部分内容。为了真正让学习学以致用,导师们通过制作图例、英文文献翻译,专题英文汇报都是培养学生能力的有效手段。科研的探究精神运用到本科生的教学中,一方面为将来的科研工作奠定了扎实的基础,另一方面进一步提升了学生提出问题、解决问题的能力。当然,面对课程迭代改革,王教授也提出了一个非常实际的问题。手上有权,就能很顺利地实现自己的想法,让学生受益。相反如果没有权,这条改革之路走起来就会相当艰难。一般而言,上级领导或是主管部门都会根据成绩说话,而这样的改革很难量化成可见的指标。所以说,

医院里的托老所

日本的轨道交通沿线,见到最多的是医院广告,随着急救医疗水平的提高和出生率的持续降低,人口老化非常严峻,媒体经常用“超高龄化社会化”来形容。和上海一床难求的紧张现状相反,日本的医院比米店多,竞争很激烈,床位在1000张以上的大型医院,近年来病人入住率维持在60%左右,一些早年开办的小型私立专科医院,只好通过增加康复训练、托老等服务项目来增加收入、维持经营。

老年介入和营养餐的实习安排在青木内科小儿科医院,这是一家小型私立医院,创办已经有30年,看名称就知道是以内科、小儿科为特色的专科医院,老板青木佳之先生是小儿科医生出身,不过该医院早在20年前就开设了一个康复日和日间托老所,还提供上门护理服务,在岡山地区还小有名气,又是札幌大学的临床实习基地,类似这样的老年服务机构在日本有很多,当然这需要符合厚生劳动省(相当于国家卫生部)的相关规定,如医护人员、管理营养师、康复师的配备,场所面积,助浴设施,食堂,还有最基本的接送车辆必须有供轮椅直接上下车的装置。

在日本,除了医疗保险外(医疗保险从0岁开始,全民终身享受),还有一种护理保险,参加工作的人40岁以后开始交纳护理保险,65岁以后可以享受,当然如果不幸在65岁之前得了脑中风、发生交通事故等,经治疗出院后的康复期需要护理的话,本人申请,经居住所在地卫生部门审核评估,可以凭护理级别证明,自由选择就近的护理康复机构,所有护理、康复项目自己出10%—30%不等的费用(据说15年前,日本经济好的时期国家全额负担),其余部分由机构和保险公司结算。至于先天性智障或残障人士,则全部由国家负担(即由相应的福利机构直接与保险部门结算)。

根据“老人福利法”,日间托老所提供的营养午餐标准是500日元(合人民币30元),2005年以来,因财政预算困难,食材的成本费和加工费由老人自己负担,只有特别的治疗饮食如吞咽餐、肾餐等由保险另外加算。日本人向来对吃饭的要求很高,一些老人常常以饭菜是否可口作为选择托老所的首要条件,为了争取到病人、留住病人、托老所除服务态度好、康复技术高、日间安排丰富以外,管理营养师们更是千方百计提供好吃又营养、符合老年人的口味和饮食习惯的午餐,还要为老板控制好成本赚钱,真的很辛苦!

为了提高老人的生存质量和营养支持,法律规定引进第三方评估机制,因为有保险法和第三方评估,因此不必担心养老机构为了赢利而提供价高质次的饭菜,分散在日本各地的各种养老、福利机构的综合服务水平都差不多,只是规模大小不同而已。(未完待续)

为,只搞教学不搞科研的老师,只能称其为教书先生;只做科研忽略教学的老师,则彻底失去了作为教师的资格。“教学比天大”对于高等教育而言,这确实是一句大实话。学生需要的是会引领他们如何去掌握知识的老师,而不是一位高高在上、成绩斐然,唯独少了传道授业能力的老师。教学的最后目的是为了服务科研,而科研则是为了造福人类。当然这并非一个不可逆的过程,科研也同样需要反哺教学,才能促进共同发展。所以,带着研究性的教学去教学生,带着批判性的头脑去解惑,将科研的思维融入日常教学中,而非剥离两者的关系。寓教于研才是做好学问的关键。作为一个以教学见长的团队领导者,王教授深知教学的重要地位,但同样深知科研上的成功不仅能帮助提升团队的整体师资,更能成为教学创造一个个高起点的平台。两篇PC上的SCI论文以及两篇影响因子5分以上的SCI论文基本确立了王金发教学团队在整个学校的学术地位,也让其教学团队在改革和发展有了底气。所以说,教学与科研的发展相辅相成,过度关注一面而忽略另一面,都是不可取的。

成功有何秘诀?其其实就是注重方法,注重创新,该抓的抓紧,该放的放手。“沉于思,潜于思,博于行”。王金发教授娓娓道来,瘦小的身躯下隐藏着一颗强大的内心。

以毒攻毒。
0.80 美国糖尿病研究中心的Schulze教授及其团队进行了一项研究,调查哺乳与产妇产后2型糖尿病风险之间的关系。研究发现,受试者哺乳时间每增加6个月,其发生糖尿病的风险比为0.80,哺乳时间与糖尿病风险之间的相关性减弱。该研究提示,延长哺乳时间或许可降低糖尿病风险。

前提是你得有乳可哺。
57.4% 研究人员分析了多年积累下来的美国国家健康检查和营养调研数据,发现61%的受调查者有抑郁症状;他们同时表示,在过去的1年里牙齿有疼痛不适感,其中又有超过57.4%的人自认为牙齿健康状况不好。结论是:牙齿好坏与抑郁症存在关联,牙齿越差,心情越不好。

看牙医去。
(下转2、3版中缝)

医学数字

43% 英国牛津大学针对8万名患有早期乳腺癌患者的一项最新调查显示,对于尚未绝经的女性而言,肥胖会使这些女性的死亡风险高出34%。该研究还发现,一旦过了更年期,肥胖对于乳腺癌患者的影响几乎为零。

123% 美国手机用量分析机构Flurry发布了一项关于手机用户使用手机频率的调查报告,结果发现,过去一年全球手机上瘾者增加123%,达1.76亿,其中52%是女性。男性手机上瘾者中汽车爱好者居多,而女性上瘾者中教育工作者居多。

2 瑞典卡罗林斯卡医学院一项新研究发现,从来不在夏天晒日光浴的女性,因各种原因死亡的危险会增加2倍,与紫外线接触最多的女性死亡率为1.5%,而避免日光浴的女性死亡率为3%。夏日晒日光浴的女性死于皮肤癌的可能性也低于10%。但也有研究发现,日光浴者因黑色素瘤死亡的危险是常人的2倍。

3 加拿大多伦多儿童医院神经生物学实验室的科学家最新研究发现,对于大多数人来说,通常很难记得婴幼儿时期的事情,尤其是3岁以前的事情。这是因为人类随着年龄增长,新脑细胞的生长会有效地覆盖已有细胞,因而抹去了早期的记忆。

小孩“健忘”是因长得太快?
6 美国梅奥诊所研究人员报告,他们用超高剂量、经过处理的麻疹病毒,治愈了一些晚期多发性骨髓瘤患者。这名女性打了一针后即获得完全缓解,至今已保持了6个月。不过,研究人员也强调,这一疗法仍处于人体试验的最初阶段。

以毒攻毒。
0.80 美国糖尿病研究中心的Schulze教授及其团队进行了一项研究,调查哺乳与产妇产后2型糖尿病风险之间的关系。研究发现,受试者哺乳时间每增加6个月,其发生糖尿病的风险比为0.80,哺乳时间与糖尿病风险之间的相关性减弱。该研究提示,延长哺乳时间或许可降低糖尿病风险。

前提是你得有乳可哺。
57.4% 研究人员分析了多年积累下来的美国国家健康检查和营养调研数据,发现61%的受调查者有抑郁症状;他们同时表示,在过去的1年里牙齿有疼痛不适感,其中又有超过57.4%的人自认为牙齿健康状况不好。结论是:牙齿好坏与抑郁症存在关联,牙齿越差,心情越不好。

看牙医去。
(下转2、3版中缝)

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY

上海中医药大学 上海市中医药研究院主办《上海中医大报》编辑部出版 主编:朱慧华

第295期(总第735期) 2014年5月30日

国内统一连续出版物号 CN31-0817/(G) 网址: http://www.shutcm.edu.cn 本期四版

我校精神文明建设工作会议隆重举行

本报讯 5月23日下午,我校精神文明建设工作会议在校图书馆四楼报告厅隆重举行。校党委书记、文明委主任张智强,校党委副书记何星海,副校长张瑾,校文明委全体成员,各二级学院、附属医院的领导、教师以及获奖师生代表参加会议。会议由校党委副书记、文明委副主任朱惠蓉主持。

会议在庄严的国歌声中拉开序幕。伴随着2013年学校精神文明工作巡礼视频的播放,参会人员一起回顾了2013年我校围绕“抓学习,树立中医人的价值坐标”、“塑文化,点燃中医人的时代梦想”、“勤实践,履行中医人的社会责任”等三个方面在践行党的群众路线、扎实推进精神文明建设、深化师生思想道德建设、加强文化品牌建设中工作取得的各项成果。

会上,何星海宣读2013年度我校精神文明和文化建设市级以上荣誉名单,张瑾宣读《关于表彰2013年度上海中医药大学社会主义核心价值观好人好事的决定》,参会的校领导分别为嘉奖“2013年度社会主义核心价值观好人好事”荣誉的集体和个人颁奖(如图)。

在交流展示环节,中药学院学生苗蓝习以“求真务实 润泽无声 乐于奉献”为题,介绍由教务处组织实施的2013年上海教育系统精神文明建设特色项目“中医药文化与科普实践进中小学”;龙华医院伏莉娜作“践行核心

价值观 文明创建促发展”主题发言,阐述龙华医院创建全国文明城市的相关工作情况;针推学院学生郭扬汇报2013年度校社会主义核心价值观文明好人好事——“大学生科研创新道路上孜孜不倦的引路人:针灸推拿学院杨华元教授事迹”;曙光医院许咏丹介绍2013年度校社会主义核心价值观文明好人好事——“奉献快乐 爱在曙光:曙光医院南丁格尔志愿分队阳光之家活动”。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”方面传递正能量。今年是学校改革和发展关键的一年,他认为精神文明建设的宣传要深入基层,挖掘采写一线教师、医护人员、学生的典型事迹,用身边人、身边事来感染人、启发人和教育人,推动社会主义核心价值观内化为人道追求;要充分拓展“名师生医志志愿者讲师团”、微信、微博在中医药服务和中医药文化传播中的积极作用。文明创建的工作还在继续,他号召全校教职工以更加饱满的精神状态、更加扎实的工作作风,因势而谋、顺势而为、乘势而上,特别是发挥全体干部的带头作用,推动学校精神文明建设再上新台阶。

张智强在讲话中指出,精神文明建设的整个过程和各个环节都应不断提升社会主义核心价值观的感召力,进一步巩固全校师生共同的价值追求;应不断提升价值认同的引领作用,凝聚全校教职员工在“做人”、“培养人”

品《高血压的预防与检测系统》;董文阳,超越的程序设计作品《中医体质辨识系统》;周立娟老师指导的中药学院中药学专业周立娟、翁静怡、彭博的数据库应用类作品《中药学习自测系统》以及杨桦、孙秀丽老师指导的基础医学院中医专业林捷、徐宇青的程序设计作品《高血压型亚健康保健系统》。此外,陶项良等的《慢性乙型肝炎智能辅助诊断软件》以及董文阳等的《中医体质辨识系统》两件作品被上海市组委会推荐参加全国大学生计算机设计大赛。(王瑛)

品《高血压的预防与检测系统》;董文阳,超越的程序设计作品《中医体质辨识系统》;周立娟老师指导的中药学院中药学专业周立娟、翁静怡、彭博的数据库应用类作品《中药学习自测系统》以及杨桦、孙秀丽老师指导的基础医学院中医专业林捷、徐宇青的程序设计作品《高血压型亚健康保健系统》。此外,陶项良等的《慢性乙型肝炎智能辅助诊断软件》以及董文阳等的《中医体质辨识系统》两件作品被上海市组委会推荐参加全国大学生计算机设计大赛。(王瑛)